Tipps bei Schnupfen

Viel trinken
Bei einer Erkältung ist eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr besonders wichtig, um die Schleimhäute vor Austrocknung zu schützen. Richten Sie sich am besten gleich morgens eine Kanne Tee oder einen Krug Wasser her und trinken Sie über den Tag verteilt etwa 2 Liter.

Erhöht schlafen
Mit einer verstopften Nase schläft man für gewöhnlich nicht besonders gut. Eine etwas erhöhte Liegeposition erleichtert das Atmen in der Nacht.

Für Entspannung sorgen
Ein warmes Vollbad mit speziellen Badezusätzen oder mit kuscheliger Decke auf dem Sofa lässt den Körper entspannen.

„Richtig" Nase putzen
Auch wenn die Nase verstopft ist – schnäuzen Sie sich nicht zu heftig und halten Sie dabei immer ein Nasenloch zu. Andernfalls kann das Sekret in die Nasennebenhöhlen gedrückt werden.

Gesunde Ernährung
Achten Sie auf eine ausgewogene Ernährung mit viel Obst und Gemüse, warmen Speisen und ausreichend Flüssigkeit in Form von Suppen, ungesüßtem Tee und Wasser.

Starkes Immunsystem, stark gegen Viren
Schnupfenviren sind gerade in der kalten Jahreszeit allgegenwärtig. Damit es die Viren nicht allzu leicht haben, können Sie Ihr Immunsystem aktiv stärken und unterstützen.

Bewegung und frische Luft
Sport und Bewegung halten nicht nur den Körper fit, sondern sind auch für die seelische Gesundheit wichtig. Frische Luft und Tageslicht stärken die Atemwege und das Immunsystem.

Auf Luftfeuchtigkeit achten
Trockene Heizungsluft schwächt den natürlichen Schutzmechanismus der Schleimhäute und Viren haben leichtes Spiel. Feuchte Tücher über den Heizkörpern erhöhen die Luftfeuchtigkeit.

Bionorica®

Das richtige **Sinupret®** für jedes Alter

Sinupret® Saft sine
für Kinder ab 2 Jahren

Sinupret® intens
für Erwachsene ab 18 Jahren

*Durchschnittlich 720 mg eingesetzte Pflanzenmischung in **Sinupret® intens** (entspricht 160 mg Trockenextrakt) im Vergleich zu 156 mg Pflanzenmischung in **Sinupret® forte**

Sinupret® Tropfen ab 2 Jahren
Der Klassiker bei akuten und chronischen Katarrhen der Atemwege

Sinupret® Dragees ab 6 Jahren
bei akuten und chronischen Katarrhen der Atemwege

Sinupret® forte ab 12 Jahren
bei chronischer Entzündung der Nasennebenhöhlen

- Löst den Schleim
- Öffnet die Nase
- Befreit den Kopf

Über Wirkung und mögliche unerwünschte Wirkungen informieren Gebrauchsinformation, Arzt oder Apotheker.

Bionorica Austria GmbH
Tech Gate Vienna, Donau City Straße 1, A-1220 Wien | Tel. +43 1 263 0882

Rechtl. Sitz der Gesellschaft u. Rechnungsadresse Mitterweg 24, A-6020 Innsbruck, FN 446645g, Handelsgericht Innsbruck | UID ATU70299027

BNO-AT_SIN-9_5/2025

Sinupret® bei Schnupfen

Nase frei!

Sinupret®

Raus aus dem Schnupfen-Nebel!

Informationen und Behandlungstipps für Patient:innen

Nur ein Schnupfen?

Oder doch schon mehr?

Bei einem Schnupfen produziert die Nasenschleimhaut vermehrt Sekret. Verantwortlich dafür sind meist sogenannte Schnupfenviren.

Die Symptome können sein:

- Verstopfte Nase mit erschwerter Atmung
- Unangenehmer Druck im Kopf
- Beeinträchtigte Nachtruhe
- Allgemeines Krankheitsgefühl
- Verminderte Konzentrationsfähigkeit

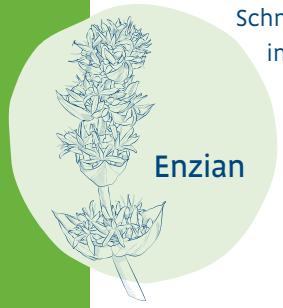
Schmerzt zusätzlich das Gesicht und verstärkt sich der Druckkopfschmerz beim Bücken, sind höchstwahrscheinlich auch die Nasennebenhöhlen bereits betroffen. Jetzt ist rasches Handeln gefragt!

Ursache des Schnupfens ist eine Entzündung

Ein Schnupfen entsteht durch eine Entzündung der Nasenschleimhaut. Das dabei gebildete Sekret kann sich bis in die Nasennebenhöhlen stauen und dort ebenfalls zu Entzündungen führen. Diese werden von den Patienten anfangs unter Umständen gar nicht bemerkt.
Die frühzeitige Behandlung ist besonders wichtig, um die weitere Ausbreitung der Entzündung zu verhindern.

Behandlungsmöglichkeiten

Sinupret® wirkt von innen und bekämpft die Entzündung

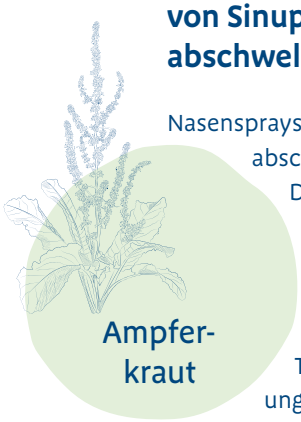


Anders als lokale Medikamente (z. B. Nasensprays) wirkt Sinupret® von innen und bessert nicht nur die Symptome, sondern bekämpft auch die Ursache des Schnupfens: die Entzündung der Schleimhäute in der Nase und in den Nasennebenhöhlen. Dank der Kombination aus fünf Arzneipflanzen löst Sinupret® außerdem den Schleim, öffnet die Nase und reduziert den Druckkopfschmerz.

Unterstützt bei bakterieller Infektion und Antibiotikatherapie

Sollte es sich bereits um eine bakterielle Infektion handeln, verordnet Ihnen der Arzt ein Antibiotikum. Auch in diesem Fall ist die begleitende Einnahme von Sinupret® ratsam. Es sorgt dafür, dass die Schleimhäute abschwellen, der Schleim abfließen kann und die Nebenhöhlen besser belüftet werden. So unterstützt Sinupret® die Wirkung des Antibiotikums effektiv.

Ist die Kombination von Sinupret® und einem abschwellenden Nasenspray sinnvoll?



Nasensprays sorgen dafür, dass die Nasenschleimhaut abschwillt und Sie wieder durchatmen können. Diese Wirkung ist jedoch nur auf den vorderen Bereich der Nase begrenzt und dauert leider nicht lange an.

Außerdem sollen Nasensprays nur wenige Tage angewandt werden, da ein Gewöhnungseffekt eintritt.
Bei starken, akuten Beschwerden kann zu einer Behandlung mit Sinupret® kurzzeitig ein chemisch-synthischer Nasenspray kombiniert werden.